

# **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA PELAJAR SMPN 1 BATANG KAPAS KABUPATEN PESISIR SELATAN PADANG 2022**

**Nabila Surya Madani**

## **Abstrak**

Kurangnya konsumsi buah dan sayur merupakan salah satu perilaku konsumsi remaja yang menjadi masalah kesehatan. Kurang mengonsumsi buah dan sayur dapat berdampak pada kesehatan penglihatan, menurunkan imunitas, anemia, sembelit dan penyakit lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan faktor individu dan faktor lingkungan dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa di SMPN 1 Batang Kapas tahun 2022. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* yang dilakukan pada bulan Maret-April 2022 di SMPN 1 Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan Padang 2022 dengan jumlah sampel sebanyak 106 orang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *stratified random sampling* dan analisis data menggunakan uji univariat dan uji bivariat menggunakan *chi-square*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan *SQ-Food Frequency Questionnaire*. Hasil penelitian menunjukkan 23,6% siswa yang mengonsumsi buah dan sayur sesuai dengan jumlah yang dianjurkan. Dari hasil uji bivariat, terdapat hubungan antara jenis kelamin ( $p=0,022$ ), pengetahuan buah dan sayur ( $p=0,012$ ), preferensi buah dan sayur ( $p=0,004$ ), pengaruh teman sebaya ( $p=0,032$ ), ketersediaan buah dan sayur ( $p=0,016$ ), dan keterpaparan media massa ( $p=0,047$ ) dengan konsumsi buah dan sayur. Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara jenis kelamin, pengetahuan buah dan sayur, preferensi buah dan sayur, pengaruh teman sebaya, ketersediaan buah dan sayur, dan keterpaparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur.

**Kata Kunci** : Konsumsi, buah, sayur, remaja.

# **FACTORS RELATED TO FRUIT AND VEGETABLE CONSUMPTION IN STUNDENTS OF SMPN 1 BATANG KAPAS, PESISIR SELATAN PADANG 2022**

**Nabila Surya Madani**

## **Abstract**

Lack of consumption of fruits and vegetables is one of the consumption behaviors of adolescents which is a health problem. Less consumption of fruits and vegetables can have an impact on vision health, lower immunity, anemia, constipation and other diseases. This study aims to determine the relationship between individual factors and environmental factors with fruit and vegetable consumption in students at SMPN 1 Batang Kapas in 2022. This study used a cross sectional study design conducted in March-April 2022 at SMPN 1 Batang Kapas, Pesisir Selatan, Padang. 2022 with a total sample of 106 people. The sampling technique used stratified random sampling and data analysis using univariate test and bivariate test using chi-square. Collecting data using questionnaires and SQ-Food Frequency Questionnaire. The results showed that 23.6% of students consumed the recommended amount of fruit and vegetables. From the results of the bivariate test, there was a relationship between gender ( $p=0.022$ ), fruit and vegetable knowledge ( $p=0.012$ ), fruit and vegetable preference ( $p=0.004$ ), peer influence ( $p=0.032$ ), availability of fruit and vegetables ( $p= 0.016$ ), and mass media exposure ( $p=0.047$ ) with fruit and vegetable consumption. This study shows that there is a relationship between gender, nutritional knowledge, fruit and vegetable preferences, peer influence, fruit and vegetable availability, and mass media exposure with fruit and vegetable consumption.

**Keyword** : Fruit, vegetables, consumption, adolescents.